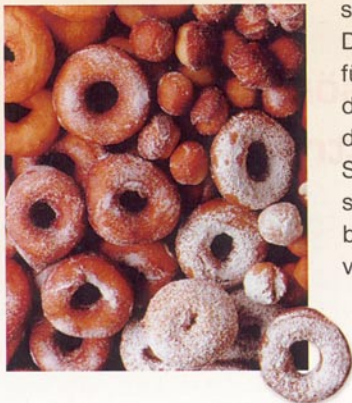


## Gesund abnehmen statt Crash-Diät

Marzipanstollen, Lebkuchen, Weihnachtsgans – wer kann den kalorienreichen Köstlichkeiten schon widerstehen? Aus gutem Grund zählen Diäten zu den häufigsten guten Vorsätzen

an Silvester. Doch wer etwas gegen seine Pfunde tun will, sollte nicht auf Crash-Diäten oder ähnliche Methoden setzen: Der sicherste und gesündeste Weg zum Wunschgewicht führt über einen entsprechend spezialisierten Arzt. Die passenden Adressen in Ihrer Nähe finden Sie bei der Arzt-Auskunft der Stiftung Gesundheit unter [www.arzt-auskunft.de](http://www.arzt-auskunft.de) sowie der Service-Hotline: 08 00/7 39 00 99. Die Arzt-Auskunft führt seit 1997 Ärzte, Zahnärzte und Patienten zusammen. Die Datenbank umfasst rund 180.000 Adressen zu mehr als 1.000 verzeichneten Diagnose- und Therapieschwerpunkten.



Stiftung Gesundheit, [www.stiftung-gesundheit.de](http://www.stiftung-gesundheit.de)